

## チームメディカル (TM) 最新の状況 2020/1/14

1月14日(火) TM ミーティング「現役医学生に聴く」

14日3時30分からTMミーティング「現役医学生に聴く」が開催されました。この取組はTM生からの要望に応えた活動で、横浜市立大医学部医学科、東京医科歯科大学医学部医学科、群馬大学医学部医学科に在籍している本校卒業生が講師として参加をしてくださいました。皆さん医学生として忙しい毎日を送っている中で、説明用のパワーポイントを作成するなど戸山高生のために、準備をしてくださいました。



3人の医学生さんたちの声を以下にまとめました。

### (1) それぞれの大学

・横浜市立大学医学部は、1年は金沢八景キャンパス、2-6年は福浦キャンパスで、各学年90人、男女比は約2:1です。1年次は共通教養、2年次から専門が始まります。60分授業で、8:50~16:30まで授業。ほとんどの人が何かしら部活に入っている、アルバイトをしている人も多い。

・東京医科歯科大学医学部は、1年は千葉県国府台キャンパス、2-6年は御茶ノ水湯島キャンパス。1年次は教養で、数学、人文科目、外国語、体育もあり、物理・生物・化学はそれぞれ座学と実験があり、実験は夜7時までかかることもある。

・群馬大学医学部は、東京からも交通至便、県民は素朴な優しい人が多い。一人1台所有する車社会で医学科の学生も8割ぐらいが所有している。私的な感覚としては、学生の多く

が「部活も勉強も」の文武両道タイプだが、部活命タイプ、勉強タイプ、医学に興味薄いタイプなど、いろいろな学生がいると感じる。

### (2) 大学の勉強

・1年目は教養、厳しい授業はなく、高校の延長のように感じたが、2年の専門からは受験期より勉強する必要ある。解剖実習は終了が夜9時になることもある。勉強も情報量の多いものを理解し説明することが求められるので、すべてをやりきる体力、忍耐力も必要になる。また、自分がやらなければならないタスクの重要度を判断することがたいへん。試験前には休日には1日14,5時間勉強している。海外留学について、6年の臨床実習時に、臨床実習枠で短期間留学を考えている。

・一般的に、平均月1回ほどのペースで大きなテストがあります。そのためテスト一週間前くらいからは割と受験生レベルに勉強します。想像していた大学生活と違い、勉強以外の割合の高さにびっくりしました。

### (3) 受験勉強

・医学部入試は、物理・化学が有利と聞いていたので、生物・化学を選択することに迷いがあったが、振り返って考えると、その後嫌というほど勉強するので、自分の好きな科目を選択すればよいと思います。

・高2の2学期までは、部活が忙しかったので、午後10時ごろ就寝、朝4時半～5時起床し朝勉強する習慣で生活した。英語の予習は、全文ノートに写して全訳をやったが英語のリズムを身につけられて、英語が得意になった。高3の0学期～夏休みの時期のお勧めは、苦手科目対策の開始と理科の先取りをすること、特に生物はセンター直前まで授業が終わらないので。高3夏休みは、学校の自習室の活用がおすすめ、生活・勉強のリズムができます。センター試験までは、しっかり寝てご飯を食べること、どうしても精神的にきつい時期、体だけは元気でないと持たない。教科ごとのやり直しノートを作成したが、自分の手で文字にすることは大切です。センター後2次試験までは、実際の試験時間割に合わせて勉強すること、戸山高校の先生の添削指導を受けたことが合格につながった。

・苦手科目の克服は、まず「〇〇が苦手、〇〇にセンスがない」→「まだいいポイントを押さえていないだけ」と考え変えて、基礎固めから始め、少し解けると楽しくなってくる、というサイクルにするとよい。

・睡眠時間は6時間を確保して、いつも同じリズムで生活し、試験当日も同じ生活リズムで臨むようにした。

・勉強と勉強以外のバランスをとることは、勉強への集中力が上がる。大学に入っても勉強だけでは精神的にやっていけないので、バランスをとる能力を身に付けておいたほうが良い。

・自信を持ってない時にどうするか→自分に自信が持てないときの方が、冷静でいい状態だと考えて、漠然とした不安→模試などのデータを並べて、自分の手の届くところにあることを

意識し行動につなげるとよい。

・如何に同じ時間で濃い内容の勉強ができるかを意識することで、集中して勉強できる能力を高めていくとよい。

・地方国立レベルであれば、本当に偏りのない基礎固めが重要です。基礎をおろそかに特定の分野、教科だけ発展問題が解けてもただの自己満足では？

・自分に自信が持てない時－勉強面に関して、であれば、それでいいと思う。周囲の受験優等生たちを見ていると、多くが常に自分の力に危機感を持っている。その危機感から傲らず、試験当日まで勉強し続けられています。自分の弱さを知っていることはいいことだと思いますよ。

#### (4) 在校生へ

・睡眠時間は確保する。

・塾などに頼らず、主体的な勉強を大切にする。

・夏休みやセンター後、毎日学校に通うなど、生活のリズムを確保する。

・基礎固めを大切にする。

・センターのみの科目は早めに着手する。

・勉強と勉強以外のバランスをとる。

・集中して勉強する力を高める。

・苦手科目に対しては、考え方を変える。

・地方国公立大学も進路選択の一つにしてもよいのでは。

・本当に自分のやりたいことが医者なのかを考え直してみても。「医学部に入る＝人生幸せ」と思い過ぎない。何を選択するにしても、自分できちんと考えてほしい。

#### <生徒の感想>

・とても分かりやすい講演でした。ありがとうございます。

・成績が全然伸びなくても最後まで諦めずに毎日少しずつ取り組むことが力になることを聞いて、少し自信を持つことができました。

・戸山の先輩方のお話を伺えて、とても励みになりました。

・今、勉強をする上でとても参考になりました。

・先日はありがとうございました。どのお話もとても参考になりました。先輩方のお話を参考にこれから受験に向けて頑張っていきたいと思います。

・ありがたい講演でした。今迷っているので今度詳しくお話を聞きたいです。

・日々の勉強習慣がしっかり整っていることがとても重要であるとわかりました。私はテスト前には睡眠時間を削っていつも勉強してしまうので毎日少しずつ勉強すれば睡眠時間をちゃんととれるので生活習慣を変えていかなければならないと思いました。

・夏休みに横浜市立大学のオープンキャンパスに参加してから、興味を持っていたので、戸

山から横浜市立大学に進学した先輩のお話はとてもためになりました。伺った様々な勉強のコツや工夫を私も真似したいと思います。本当にありがとうございました。

・時期毎にどんな勉強をしていたか細かく記載されていて分かりやすかったです。

・浪人され夢を掴んでいた姿に感動しました。チューターとのことなので、もし会ったらまたお話を聞きたいです。

・部活を四つもやっていたのは本当に大変だなと思いました。私は一つの部活でさえ毎日とても大変ですぐ疲れてしまうので、いつも夜は全然勉強できていません。勉強する体力をつけるためにも少し運動するとメリハリがついて勉強に集中できるとおっしゃっていたので、少し体を意識的に動かしていきたいです。

・東京医科歯科大学には、夏休みに見学に伺って以来、とても興味を持っていました。今の私にとっては雲の上の大学ですが、戸山から進学した先輩の存在が励みになりました。先輩のおっしゃっていたように、勉強と息抜きのバランスを大切にしていこうと思いました。ありがとうございました。

・大学生活を具体的に説明してくださったので分かりやすかったです。

・お忙しい中、お話をさせていただきありがとうございました。医学部を受けるための勉強にはきちんとしたメリハリが必要なのだとわかりました。また、医学部に入ってからのはあまり知らなかったもので、今回現役の医学生先輩からお話を聞くことができよかったです。

・お忙しい中、ビデオでのご講演ありがとうございました。受験のときの生活や勉強を詳しくお話していただき、とても参考になりました。また、つらさが人を強くするという言葉に感銘を受けました。私はもう二年生なのに、とても医学部を受けられるような成績ではないのですが、なるべく苦手をなくして合格を目指していきたいと思います。

・地方での医学生の暮らしを聞き、地方にも興味が湧きました。ありがとうございました。

・なぜ医師になりたいと思ったのか、医師になって何をしたいのかなどの目的を持って勉強に取り組むことが大切だとわかりました。また、自分を見つめ直すための息抜きも時には必要だとわかったので、自分を追い込みすぎないようにしたいと思います。

・首都圏だけでなく、地方国公立医学部も視野に入れているので、群馬大学に進学した先輩のお話を伺えて、とてもためになりました。とても分かりやすく、大学生活のイメージが膨らみました。ありがとうございました。

・大学生のリアルがよく分かってモチベーションに繋がりました。

・先日はご講演ありがとうございました。医学部を受けることについて改めて考えることができました。私はやはり医学部に行きたいと思いましたが、お話を聞いて医学部に行くことに対してしっかりとした信念や覚悟が必要なのだと思いました。これから受験生になるとき、自分のしっかりとした意志で進路に向け頑張っていこうと思います。